



立即行动起来，为公共卫生 突发事件做好准备

www.protectiowahealth.org

发生紧急事件时您的家人可能不在身边，因此，您需要建立一个能够与他们保持紧密联系的通信计划，与他们共同讨论并做出决定。

选择会面地点，然后在附近选择另一个备用会面场所。

- ✓ 选择一个紧急联系人。
- ✓ 准备使用固定电话和/或移动电话。
- ✓ 将紧急号码存入家中的所有电话中。
- ✓ 告知家庭成员何时以及如何呼叫 9-1-1 进行紧急求助。
- ✓ 再选择一个外州的朋友或亲戚作为紧急联系人。如果发生紧急事件时电话业务中断，呼叫外州会更容易些。
- ✓ 讨论如何安置您的宠物。

准备紧急救难包

救难包中应装有您所需要的救生物品，并应预先准备好救难包，因为发生紧急事件时或在紧急事件发生之后可能来不及找寻生活必需品，您还可能无法打开储存箱放入生活的基本必需品。

将救生包存放在可以迅速拿到的地点。建议基本紧急救难包中应包括以下必需品：

- ✓ 水，每人每天至少一加仑，至少能够维持三天，储存在塑料容器中
- ✓ 食物，不易腐烂，至少能维持三天
- ✓ 急救包
- ✓ 处方药 – 注意有效期限
- ✓ 使用电池的收音机、手电筒和备用电池
- ✓ 开罐器
- ✓ 每人就寝用品
- ✓ 个人卫生物品
- ✓ 每人的都应配备的用于过滤空气的防尘面具或纯棉 T 恤
- ✓ 用于发出求救信号的哨子
- ✓ 防水容器，用于存放重要证件，如：驾驶证、出生证明、药方复印件和保险单